

1 4 9 14 19 24 29	I	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
	AAMUPALA	Ruispuuro luomuhiutaleista	Neljän viljan puuro luomuhiutaleista	Mannapuuro luomusuurimoista	Kaurapuuro luomuhiutaleista	Ohrapuuro luomuhiutaleista	Puuro luomuhiutaleista	Puuro luomuhiutaleista
	LOUNAS	♥ Pinaattiohukkaat L Kermaperunat L G Puolukkahillo Hedelmäinen vihersalaatti	Jauheliuhakeitto L G Juusto Kasvis leivän päälle	♥ Broileripasta- vuoka L Lämminkasvislisäke Kaali-ananassalaatti Mustaherukkahillo	♥ Perunavelli L G Pielisen piirakka Kasvis leivän päällä Porkkanapölkky	Mantelikala M Peruna Lämpimät punajuuret Jäävuori- kurkkusalaatti	Bataattisose- keitto M G V Tuorepala	Lihamureke L G Perunasose Kastike Vihersalaatti
	VÄLIPALA	Porkkanavuokaleipä	Jogurtti Marjasekoitus	Hedelmäsalaatti	Luomumurot Luomumaito	Suklaakiisseli	Jogurtti, hedelmä, marjat tai juurespala	Jogurtti, hedelmä, marjat tai juurespala
	PÄIVÄLLINEN	Kinkkukiusaus L G Vihersalaatti	Kalapasta L Vihersalaatti	Kasvissosekeitto L G Tuorepala	Makaronilaatikko L Vihersalaatti	Mannapuuro L Mehukeitto Tuorepala	Jauheliuharisotto M G Vihersalaatti	Lempeä broilerikeitto M G Tuorepala

Lounaalla tarjolla lisäksi ruisleipää, näkkileipää, levitettä, **rasvatonta luomumaitoa** ja rasvatonta piimää.
Ruokalistamuutokset mahdollisia.

M = maidoton, L = laktoositon, G = gluteeniton, V = vegaaninen

♥ = toiveruoka, koulu- ja varhaiskasvatuksen ruokakyselyjen 2025 perusteella



5 10 15 20 25 30	II	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
	AAMUPALA	Neljän viljan puuro luomuhiutaleista	Kaurapuuro luomuhiutaleista	Ohrapuuro luomuhiutaleista	Ruispuuro luomuhiutaleista	Mannapuuro luomusuurimoista	Puuro luomuhiutaleista	Puuro luomuhiutaleista
	LOUNAS	♥ Broilerinugetit M Ohrahelmi Currydippi Kaali-porkkana- hedelmäsalaatti	Kermanen kalakeitto L G Juusto Kasvis leivän päälle	♥ Liha- makaronilaatikko L Lämmin kasvislisäke Kiinankaali-jäävuori- tomaattisalaatti	♥ Riisipuuro L G Marjakeitto Juusto Hedelmä	Kinkkukiusaus L G Lämmin kasvislisäke Porkkanaraaste	Jauhelihakeitto M G Tuorepala	Uunimakkara M G Perunasose Kastike Vihersalaatti
	VÄLIPALA	Akka-koli leipä Luomu kananmuna	Luomu smoothie Ruisleipä	Hedelmärahka	Porkkanaohukaiset Tuoremarjahillo	Marjakiisseli Luomumysli	Jogurtti, hedelmä, marjat tai juurespala	Jogurtti, hedelmä, marjat tai juurespala
	PÄIVÄLLINEN	Makkarakeitto M G Tuorepala	Peruna-jauheliha- laatikko M G Vihersalaatti	Broilerikeitto M G Tuorepala	Liha-perunasose- laatikko L G Vihersalaatti	Ohrapuuro L Mehukeitto Tuorepala	Broilerikiusaus L G Vihersalaatti	Kalakeitto L G Tuorepala

Lounaalla tarjolla lisäksi ruisleipää, näkkileipää, levitettä, rasvatonta luomumaitoa ja rasvatonta piimää.
Ruokalistamuutokset mahdollisia.

M = maidoton, L = laktoositon, G = gluteeniton, V = vegaaninen

♥ = toiveruoka, koulu- ja varhaiskasvatuksen ruokakyselyjen 2025 perusteella



1 6 11 16 21 26 31	III	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
	AAMUPALA	Neljän viljan puuro luomuhiutaleista	Ruispuuro luomuhiutaleista	Mannapuuro luomusuurimoista	Kaurapuuro luomuhiutaleista	Ohrapuuro luomuhiutaleista	Puuro luomuhiutaleista	Puuro luomuhiutaleista
	LOUNAS	♥ Lihapyörökät M Perunasose Ruskeakastike Kaali-porkkana- hedelmäsalaatti	Lempeä broilerikeitto L G Juusto Kasvis leivänpäälle	Kalakiusaus L G Lämmin kasvislisäke Jäävuori- paprikasalaatti	♥ Hernekeitto M G ♥ Grahamleipä Juusto Porkkanapölkky	Makaronilaatikko L Lämmin kasvislisäke Punakaali- mandariinisalaatti Raejuusto	Nakkikeitto M G Tuorepala	Kalapyörökät L G Perunasose Vihersalaatti
	VÄLIPALA	Luomuruusnappi	Mansikka- jogurttirahka	Marjasalaatti	Pannukakku Tuoremarjahillo	Hedelmäkiisseli Luomumysli	Jogurtti, hedelmä, marjat tai juurespala	Jogurtti, hedelmä, marjat tai juurespala
	PÄIVÄLLINEN	Bataattisosekeitto M G V Tuorepala	Lohipasta L Vihersalaatti	Jauheliuhakeitto M G Tuorepala	Liha-perunasose- laatikko L G Vihersalaatti	Mannapuuro L Mehukeitto Tuorepala	Broileririsotto L G Vihersalaatti	Jauheliuhakastike Pasta Vihersalaatti

Lounaalla tarjolla lisäksi ruisleipää, näkkileipää, levitettä, **rasvatonta luomumaitoa** ja rasvatonta piimää.
Ruokalistamuutokset mahdollisia.

M = maidoton, L = laktoositon, G = gluteeniton, V = vegaaninen

♥ = toiveruoka, koulu- ja varhaiskasvatuksen ruokakyselyjen 2025 perusteella



2 7 12 17 22 27	IV	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
	AAMUPALA	Kaurapuuro luomuhiutaleista	Mannapuuro luomusuurimoista	Ohrapuuro luomuhiutaleista	Ruispuuro luomuhiutaleista	Neljän viljan puuro luomuhiutaleista	Puuro luomuhiutaleista	Puuro luomuhiutaleista
	LOUNAS	♥ Uunimakkara M G Perunasose Kurkkusalaatti Kaali-porkkana- hedelmäsalaatti	♥ Juuressose- keitto L G Raejuusto Kasvis leivän päälle ♥ Jogurtti ja marjat	♥ Broilerikiusaus L G Lämmin kasvislisäke Kaali- mustaherukkasalaatti	Lohikeitto L G Juusto Kasvis leivän päälle	♥ Jauheliha- kastike M G Pasta Lämmin kasvislisäke Jäävuori- persikkasalaatti	Pinaattiohukkaat L Kermaperunat Puolukkahillo Vihersalaatti	Lihamureke L G Perunasose Kastike Vihersalaatti
	VÄLIPALA	Aurinkoleipä Luomu kananmuna	Luomu smoothie Ruisleipä	Marjarahka	Ohukaiset Tuoremarjahillo	Hedelmäkiisseli Luomumysli	Jogurtti, hedelmä, marjat tai juurespala	Jogurtti, hedelmä, marjat tai juurespala
	PÄIVÄLLINEN	Jauhelihakeitto L G Tuorepala	Kalakiusaus L Vihersalaatti	Riisipuuro L G Mehukeitto Tuorepala	Makaronilaatikko L Vihersalaatti	Kasvissosekeitto M G Tuorepala	Kalapuikot L M G Perunasose Vihersalaatti	Broileripasta L Vihersalaatti

Lounaalla tarjolla lisäksi ruisleipää, näkkileipää, levitettä, **rasvatonta luomumaitoa** ja rasvatonta piimää.
Ruokalistamuutokset mahdollisia.

M = maidoton, L = laktoositon, G = gluteeniton, V = vegaaninen

♥ = toiveruoka, koulu- ja varhaiskasvatuksen ruokakyselyjen 2025 perusteella



3 8 13 18 23 28	V	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
	AAMUPALA	Mannapuuro luomusuurimoista	Ohrapuuro luomuhiutaleista	Ruispuuro luomuhiutaleista	Neljän viljan puuro luomuhiutaleista	Kaurapuuro luomuhiutaleista	Puuro luomuhiutaleista	Puuro luomuhiutaleista
	LOUNAS	♥ Kalapuikot M Perunasose Tartar-kastike Hedelmäinen vihersalaatti	Makkarakeitto M G Juusto Hedelmä	Broilerikastike L M G Ohrahelmi Uunijuurekset Vihersalaatti Mustaherukkahillo	♥ Sydänystävän- puuro L Mehukeitto ♥ Porkkanaleipä Juusto Lanttupölkky	♥ Lasagne L Lämmin kasvislisäke Kaali-puolukkasalaatti	Kalakeitto L G Tuorepala	Lihapyörykät L Perunasose Kastike Vihersalaatti
	VÄLIPALA	Luomukaurapala	Jogurtti Marjasekoitus	Marjakiisseli	Pinaattiohukaiset Tuoremarjahillo	Marjavispipuuro Luomumaito	Jogurtti, hedelmä, marjat tai juurespala	Jogurtti, hedelmä, marjat tai juurespala
	PÄIVÄLLINEN	Broilerikeitto M G Tuorepala	Kalakiusaus L G Vihersalaatti	Mannavelli L Tuorepala	Peruna-nakkivuoka L G Vihersalaatti	Kasvissekeitto L G Tuorepala	Kinkkupasta L Vihersalaatti	Broilerinugetit M Ohrahelmi Vihersalaatti

Lounaalla tarjolla lisäksi ruisleipää, näkkileipää, levitettä, rasvatonta luomumaitoa ja rasvatonta piimää.
Ruokalistamuutokset mahdollisia.

M = maidoton, L = laktoositon, G = gluteeniton, V = vegaaninen

♥ = toiveruoka, koulu- ja varhaiskasvatuksen ruokakyselyjen 2025 perusteella

